

Juli 2009

Reisemagazin 01. Jahrgang

10 x Reiseführer Paris
gewinnen mit

POLYGLOTT on tour

In dieser Ausgabe:

Indien/Rajasthan

Prunkvolle Paläste und fröhliche Feste

Herrliches Rajasthan

Unterwegs mit Ashwini Kakkar

Jenseits der Sterne - Hotels der besonderen Art

King Pacific Lodge Vancouver; Arte Louise Hotel Berlin

Meine Insel: Mallorca. Teil 1

Wohlfühlen mit Caroline Bienert

Ischgl im Sommer?

Alternativen zu Après-Ski und Alpenglüh'n

Fit im Urlaub

Ayurveda

Flüge online buchen - aber richtig

Günstig Flüge buchen: darauf sollten Sie achten

Paris mit dem Fahrrad

Allein unter Frauen

UNESCO Weltkulturerbe

Zeche Zollverein in Essen

Kleine Fluchten

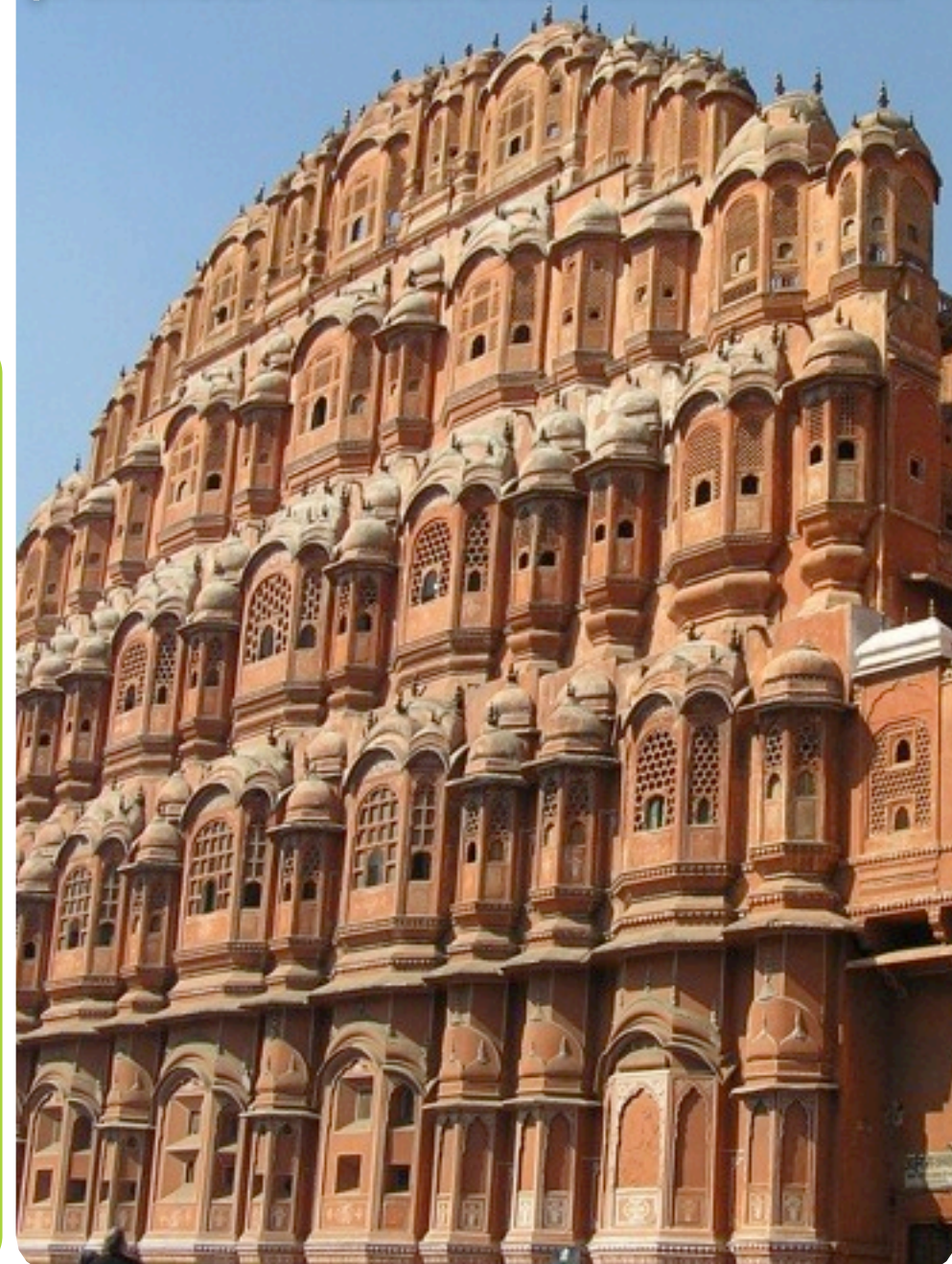
Bremen & Bremerhaven

Service: Was tun bei Flugangst?

Wirkungsvolle Strategien. Was im Kopf abläuft.

Rajasthan:

prunkvolle Paläste und fröhliche Feste



Meine Insel: Mallorca

Teil 1: Wohlfühlen mit Caroline Bienert, Personal Food & Body Coach



Meine Insel: Mallorca

Die Mallorca-Kennerin verrät uns ihre persönlichen Favoriten für eine Auszeit vom Alltag

[Text: Caroline Bienert/Judith Hoppe]

Wer es sich zum Beruf gemacht hat, anderen Menschen dabei zu helfen, sich wohl zu fühlen, stellt natürlich auch privat besonders hohe Ansprüche an sein Umfeld. Caroline Bienert, die regelmässig zwischen München und Mallorca pendelt, ist da keine Ausnahme. Deutschlands einzig geprüfter Food & Body Coach weiss genau, was sie will:

Für den Kopf:

Eine Frau und ihr Friseur - ein abendfühlendes Thema. Mit Cyrill Zen ist Caroline Bienert rundum zufrieden: „Der sehr schicke und sehr versteckte Salon befindet sich im ersten Stock eines Stadthauses von Palma.

Der Salon ist der absolute Geheimtipp in Palma. Wenn es klirrend heiss ist in der Stadt, bietet das schlichte und stilvolle Ambiente in altem Gemäuer genügend Raum zum Abkühlen und einen „frischen, neuen Kopf“ zu kriegen. Der Inhaber-geführte Aveda Salon ist eine Wohlfühl-Loase per se. Vor wichtigen Terminen lass' ich mir dort die Haare stylen.“

Für den Körper:

Im St. Regis Mardavall Mallorca Resort gönnt sich der Body Coach auch schon einmal selber eine Auszeit: „Hier treffe ich mich gerne zum Lunch oder auch zu einem Business Termin auf der Terrasse oder in der wunderschönen Bar des Hauses. Der neue Chefkoch Thomas

Kahl zaubert fantastische leichte Köstlichkeiten, die sich perfekt mit meiner Ernährungs-Philosophie ergänzen. Wenn ich mal einen Tag „Urlaub“ nehmen kann, quartiere ich mich im Spa des Hotels ein und lasse mich mit deren Spezialität, der Thalasso Therapie, verwöhnen. Seit diesem Jahr kooperiere ich auch mit dem Haus: wir haben einige the bodycoach/Wellness-Pakete zusammengeschnürt, für die Gäste, die im Urlaub auch auf gesunde und schöne Ernährung achten wollen und die sich was Schönes gönnen wollen. Die Pakete beinhalten individuelle Coaching Stunden, individuell abgestimmte Spa Treatments und abgestimmte Menüs von Chefkoch Thomas Kahl.“

Für den Magen:

Keine Kompromisse beim Essen sind für Caroline Bienert natürlich besonders wichtig: „Ins Stay komme ich gerne nach einem stressigen Tag, am späten Nachmittag zum Sonnenuntergang. Hier trinke ich meinen Cortado und nehme ein leichtes Abendessen ein. Egal, was ich hier auf den Tisch bekomme, es ist immer köstlich zubereitet und sehr frisch. Ein super Pluspunkt auf Mallorca: das Stay hat das ganze Jahr über geöffnet, und die Qualität der Speisen ist immer fantastisch.“



Kontaktadressen

Cyrril Zen Salon – das ist Carolines No.1 Friseursalon auf Mallorca. Sehr schick und sehr versteckt. Eine echte Kultadresse!

Carrer Can Sanç 10a
07001 Palma de Mallorca
Telefon: +34-971-717820
info@cyrrilzen.com
www.cyrrilzen.com

The St. Regis Mardavall Mallorca Resort - hier kann man nicht nur wahnsinnig gut essen, sondern auch noch das Spa besuchen! Der Weg lohnt sich!!

Passeig Calvià s/n
Costa d'en Blanes
07181 Palma de Mallorca
Telefon: +34-971-629629
info.mardavall@stregis.com
www.starwoodhotels.com

Restaurant Stay – super Essen, direkt am Wasser & Promifaktor!

Port de Pollensa
07470 Mallorca
Telefon: +34-971-864013 und +34-971-868020
stay@stayrestaurant.com
www.stayrestaurant.com

Auf dem Reiseportal

St. Regis Mardavall [Daten & Fakten](#)



Der Innenraum des Stay punktet mit warmen Akzenten



Das St. Regis Mardavall liegt direkt am Meer



Caroline Bienert ist Deutschlands einzig geprüfter Food- & Body-Coach. Die Inhaberin & Geschäftsführerin des Unternehmens „the bodycoach“ arbeitet seit über 15 Jahren als Personal Food Coach. Die Ernährungsexpertin bietet individuelle Programme und Coachings an. Caroline Bienert lebt und arbeitet in München und auf Mallorca.

www.thebodycoach.de

Idyllische Ferien im Berliner Umland

Schloss Lötze
Ferienapartments am See

Anfragen & Buchungen
Ihre Ansprechpartnerin Frau Kahl
Telefon 043 81 / 41 47 88
info@schloss-loetze.de
www.schloss-loetze.de

